お知らせ
Information

11月のつどいの広場

乳幼児連れの親たちが気軽に集い、語り合い、交流できる場です。お気軽にお出掛けください。

時間　全会場午前９時～午後２時

◆佐久市保健センター（毎週原則月・水・金曜日）
11月２日・６日・７日・10日・13日・15日・16日・21日・22日・24日・27日・28日

◆切原保育園内（毎週月・火・木曜日）
11月２日・６日・７日・９日・13日・14日・16日・20日・21日・27日・28日・30日

◆あさしな保育園内（毎週月・水・金曜日）
11月1日・６日・８日・10日・13日・15日・17日・20日・22日・24日・27日・29日

◆望月総合支援センター（毎週原則月・水・木曜日）
11月２日・６日・８日・９日・13日・16日・17日・20日・22日・24日・27日・30日

問合せ　児童課児童係（☎市・内線214）または各支所保健福祉課福祉児童係

骨髄バンク登録のご案内

骨髄バンクは、白血病や再生不良性貧血などの有効な治療法である骨髄移植を推進するため、広く一般の方々に善意の骨髄液提供を呼びかけ、提供していただける方の白血球の型を登録してもらう組織です。一人でも多くの方がドナー登録にご協力いただけますようお願いします。

受付日時　毎月第２・第４水曜日　午後２時～３時

受付場所　佐久保健所（佐久合同庁舎１階）

問合せ　佐久保健所総務課（☎63－3162）

図書館行事予定

◆中央図書館

●おはなしの会
対象　園児・小学生低学年
日時　11月11日㈯午前10時30分～
　　11月18日㈯午後３時～

対象　乳幼児
日時　11月16日㈭午前10時30分～
会場　中央図書館視聴覚室

●語りのおもてなし
対象　子どもから大人
日時　11月25日㈯午後３時～
会場　中央図書館幼児･高齢者ルーム
問合せ　中央図書館（☎67－2111）

◆臼田図書館

●ブック☆ブックお話の会
対象　子どもから大人
日時　11月４日㈯・11日㈯・18日㈯・25日㈯午後２時～
会場　臼田図書館
問合せ　臼田図書館（☎82－3932）

◆浅科図書館

●おはなしの会
対象　子どもから大人
日時　11月18日㈯午後2時30分～
会場　浅科図書館えほんのへや

●読書会
対象　一般
日時　11月19日㈰午前９時30分～
会場　浅科図書館多目的室

●歌う図書館
対象　一般
日時　11月11日㈯午後７時30分～
会場　浅科図書館えほんのへや

●ライブラリーコンサート
対象　一般
日時　11月５日㈰午後１時30分～
会場　交流文化館浅科穂の香ホール
内容　佐久室内オーケストラの皆さんによるモーツァルトの曲の演奏とモーツァルトに関する本のコーナーを設置します。音楽と本を楽しみましょう。
問合せ　浅科図書館（☎58－4321）

◆望月図書館

●ものがたりふれあいトーク
対象　子どもから大人
日時　11月18日㈯午前11時～
会場　望月図書館視聴覚室

●図書館講座（民話と語り）
対象　子どもから大人
日時　11月1日㈬･15日㈬　午後７時～９時
会場　駒の里ふれあいセンター会議室
問合せ　望月図書館（☎53－0230）

自衛官募集

■2等陸・海・空士

資　格	試験日	受　付
18歳以上27歳未満の男子	11/25㈯	11/22㈬まで
	1/27㈯	1/25㈭まで
	2/17㈯	2/16㈮まで

※試験会場・試験内容・志願書等詳細については、お問い合わせください。

申込・問合せ　防衛庁自衛隊上田地域事務所（上田市天神4-17-3金井MSTYビル１階　☎0268-22-5267　E-mail jsdf-ued@mx2.avis.ne.jp）

献血のお知らせ

日時　11月16日㈭　午前９時30分～10時30分
会場　浅科支所
※都合により時間等変更になる場合があります。
持ち物　運転免許証等本人確認ができる物・献血手帳（持っている方）
問合せ　保健課保健予防係（☎市・内線275）

第2回佐久市社会福祉大会

この大会は、日ごろそれぞれの立場で地域福祉活動を進められている皆さんにお集まりいただき、市民の福祉向上を目指すものです。お気軽にお出掛けください。

日時　11月17日㈮午後１時～４時
会場　佐久勤労者福祉センター
内容　◆式典(午後１時～)　◆実践発表(午後２時～)◆記念講演(午後２時30分～)
講演テーマ：～アトピーからがんまで～　きれい社会の落とし穴「免疫力をつける生活」
講師　東京医科歯科大学名誉教授　藤田紘一郎　氏
問合せ　福祉課（☎市・内線282）

炭化製品の販売のお知らせ

川西保健衛生施設組合では、下水道施設などから出た汚泥を乾燥・炭化して作った炭化製品を１袋20キロ入り100円で販売しています。汚泥の有効活用として畑などの土壌改良や冬場の凍結路面の融雪などにご利用ください。年間を通じて販売しています。

問合せ　川西保健衛生施設組合（☎0268−67−2128）

障害者自立生活支援センター

音楽を楽しむセミナー

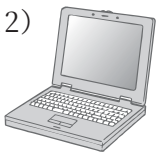
音楽に合わせて楽しく歌ったり、リラクゼーション体操をして明るく豊かな気持ちになり、心身ともにリフレッシュしませんか。お体に合わせた無理のないプログラムをご用意いたします。

対象　障害をお持ちの方およびボランティア等
日時　11月16日㈭
午後１時30分～３時
会場　望月総合支援センター２階機能回復訓練室
定員　30人（先着順）
申込・問合せ　障害者自立生活支援センター（☎64−0212）

パソコン教室

ウィンドウズやワードの基本操作と、エクセルの初歩を４回で学ぶ予定ですので、パソコンに興味のある方や習ってみたい方は奮ってご参加ください。

対象　障害をお持ちの方およびご家族等
日時　11月17日㈮
午後１時30分～４時30分
会場　佐久市情報センター２階パソコン研修室
内容　第３回　年賀状の作成
定員　20人（先着順）
持ち物　筆記用具
申込・問合せ　障害者自立生活支援センター（☎64−0212）



料理教室

１人でも作れる簡単でおいしい料理をマスターしてみませんか。支援スタッフがお手伝いしますので、安心してご参加いただけます。

対象　障害をお持ちの方およびその家族、ボランティア等
日時　11月21日㈫
午前10時～午後１時30分
会場　野沢会館２階調理室
定員　20人（先着順）
持ち物　エプロンおよびタオル
参加費　１人400円（食材費）
申込・問合せ　障害者自立生活支援センター（☎64−0212）

道の駅まつり＆商工祭

日時　11月19日㈰
午前９時～午後３時
会場　道の駅ほっとぱーく・浅科
内容　農産物等の特価販売やお楽しみ抽選会のほか、どんどん祭りコンクール写真の展示を行います。
問合せ　観光課観光施設係（☎市・内線457）または道の駅ほっとぱーく・浅科（☎58−0581）

スポーツ教室開催のお知らせ

一般社会人対象

ソフトテニス教室（定員：40人）
日時　11月15日～１月31日の水曜日（全10回）午後７時～９時
会場　佐久市総合体育館
参加費　3,000円
申込・問合せ　体育課体育振興係（佐久市総合体育館内 ☎62−2020）まで参加費を添えてお申し込みください。

秋の全国火災予防運動

「消さないで　あなたの心の　注意の火。」

火災の発生を防止し、高齢者を中心とする死者の発生を減少させることを目的に、11月９日㈭から15日㈬まで、全国一斉に秋の火災予防運動が実施されます。

寒さが増していくこの季節、ストーブやこたつなどの暖房器具により住宅火災が多くなります。昨年は、全国で住宅火災による死者数が1,220人と今までになく多い状態で、死者の過半数は65歳以上の高齢者でした。死亡原因の多くが逃げ遅れによるものです。住宅火災から大切な家族を守るために、住宅用火災警報器を取り付けましょう。また、暖房器具を使用する際は、取扱説明書等をよく読み、安全に使いましょう。

火災は、ほんの少しの油断から起き、大きな災害につながります。一人ひとりが正しい火気取り扱いを身に付け、消し忘れがないように気を付けましょう。

また、火災の原因になりそうなものはないか、もし、火災が起きたときはどうするかなど、この機会に身の回りの防火対策について、家庭や近所で見直し、安心して暮らせるまちづくりを進めましょう。

住宅防火いのちを守る７つのポイント
３つの習慣
●寝たばこは、絶対やめる。
●ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
●ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。
４つの対策
●逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
●寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する。
●火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
●お年寄りや体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

問合せ　佐久消防署予防係（☎62−0119）